



Le kit complet du jeu

Parents, enseignants, animateurs, éducateurs...

Ce mode d'emploi a été élaboré pour vous aider à construire votre propre jeu « Bon appétit Bouge ta Santé! ». Les conseils sont là pour vous guider mais vous êtes libres de toute adaptation.

Dans ce kit, vous trouverez :

- Les 184 questions du jeu réparties en 7 thèmes:

- Nutrition
- Opération
- Eveil
- Protection
- Divertissement
- Langue
- Action



- Le guide des questions & réponses dans lequel vous trouverez toutes les réponses détaillées pour apporter des connaissances supplémentaires aux enfants.
- Les 9 posters à afficher, selon vos envies. Ces posters permettent aux enfants d'avoir des référents visuels pour répondre aux questions du jeu et créer une ambiance chaleureuse tout au long de l'année.
- Le carnet de jeux comme « devoir » sympa à faire entre la maison et l'école.
- Les fiches Pocket pour faire jouer les enfants dans la cour de récréation ou chez eux en famille pour continuer le jeu.



Le kit complet du jeu

Comment animer le jeu?

Il existe de multiples façons d'animer le jeu avec le matériel téléchargeable.

Pour vous inspirer, voici quelques propositions :

1. Les minutes de la nutrition

Vous pouvez par exemple instaurer un rendez-vous régulier chaque jour ou chaque semaine.



Pour cela, vous pouvez sélectionner 5 ou 6 questions à animer auprès des enfants parmi les 184 questions du jeu. Vous pouvez les choisir selon le moment de la journée (le petit-déjeuner/le goûter...) ou alors selon les familles alimentaires (fruits et légumes, produits laitiers...).

Vous pouvez également vous servir du carnet de jeux pour faire un ou deux petits exercices ludiques en fonction du thème abordé : soit en distribuant le livret à chaque enfant, soit en reproduisant les exercices au tableau...

2. La nutrition, un sujet transversal à intégrer dans vos cours de langues, de mathématiques, d'éveil et de sciences

Les questions ont été pensées en fonction des socles de compétences pour les classes de 3ème et 4ème primaire : utilisez-les comme point de départ pour vos cours!

Ce moment peut être l'occasion de focaliser l'attention des enfants et de créer un rituel où ils peuvent se concentrer de façon ludique.



Le kit complet du jeu

3. « Bon appétit, bouge ta santé! », un jeu de coopération en équipe

Préparation préalable

1. Nous vous recommandons d'imprimer les planches de questions contenant les 7 thèmes suivants : Nutrition, Action, Langue, Divertissement, Mathématiques, Protection, Eveil. Imprimez-les en couleurs ou en noir et blanc selon vos possibilités.

Attention si toutefois vous les imprimez en noir et blanc, regardez bien sur chaque fiche, le nom du thème est écrit pour vous repérer facilement!



Conseil:

Pour limiter les coûts d'impression, vous pouvez imprimer en noir et blanc sur des feuilles de couleur ou séparer vos thèmes par des petits trombones de couleur.

2. Il sera plus facile de les découper et de les classer en fonction des thèmes.
3. Imprimés et affichés, les posters sont des supports qui permettent aux enfants de chercher l'information et mieux répondre aux questions. Ils sont également utiles pour animer le thème de la nutrition en classe. Si possible, les imprimer en couleurs, et les laisser affichés dans la classe, ambiance garantie!
4. Pour jouer en équipe : répartissez la classe ou le groupe en équipe de 4 à 5 enfants.
5. Désignez un chef d'équipe qui sera invité à lire la première question, ce dernier changera à chaque tour.



Conseil:

Pour ajouter une petite touche fun, n'hésitez pas à nommer les équipes avec des noms de fruits et de légumes originaux.



Le kit complet du jeu

Déroulement du jeu

1. Le chef de la première équipe pioche dans une boîte (ex : une boîte à chaussure, un bac de rangement, un chapeau ...) une question au hasard qu'il lit à haute voix à toute la classe.



Conseil:

Si vous n'avez pas de boîte, pour introduire une notion de hasard parmi les questions, il est possible aussi de:

- jouer avec un dé et choisir la question correspondant au nombre sorti...
- demander un chiffre au hasard aux enfants

2. Après avoir lu la question à haute voix, l'enfant retourne dans son groupe. Toutes les équipes réfléchissent pour trouver la réponse. Cependant, c'est l'équipe qui a tiré au sort la question qui a la priorité pour répondre à voix haute devant toute la classe.
3. Une fois que l'équipe a répondu, les autres équipes peuvent donner leur avis ou un complément de réponse. Pour cela, vous pouvez fabriquer des petits cartons verts/ cartons rouges qui indiqueront leur accord ou désaccord à la réponse donnée. Un beau débat en perspective!
4. Ensuite, le professeur/ animateur apporte un complément de réponses et/ou tranche les éventuels débats à l'aide du livret de l'enseignant.





Le kit complet du jeu

Option de jeu: la coopération ou la compétition

- **Jouer en compétition**

5. C'est l'équipe qui a répondu juste qui marque le(s) point(s). Si aucune équipe n'a bien répondu, aucun point n'est attribué.
6. La première équipe qui arrive à 10 points gagne la partie.
7. Proposition de système de points : les questions « nutrition » valent 2 points. Toutes les autres questions valent 1 point.



- **Jouer en collaboration**

Vous pouvez utiliser ce jeu sur un mode collaboratif. Dans ce cas, vous pouvez compter les points de façon globale, le but étant d'atteindre tous ensemble les 50 points. C'est toute la classe ou le groupe d'enfant qui gagne!



Conseil:

Ne pas hésiter à adapter le système de point en fonction du temps qui vous est imparti et au gré de votre imagination.